# ソーラーデジタルウオッチ
# 取扱説明書

取扱説明書番号　MA-Q013B

このたび弊社ソーラーウオッチをお買い上げいただきありがとうございました。
ご使用の前に取扱説明書をよくお読みの上、正しくご使用くださいますようお願い申し上げます。この取扱説明書はお手もとに保存のうえ必要に応じてご覧ください。

| | |
|---|---|
| ⚠ 警告 | この表示の欄は、「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容です。 |
| ⚠ 注意 | この表示の欄は、「障害を負う可能性または物的障害のみが発生する可能性が想定される」内容です。 |

## ●お取り扱いについて

### ⚠ 警告　防水性能について

＊防水時計の防水性能や機能を必ずご確認いただき、「取扱説明書」に従って正しくご使用ください。（誤った使用は、危険です。）

・非防水時計　：水滴のかかる場所でのご使用はできません。
・3気圧（3BAR）防水時計　：洗顔などはできますが、水中でのご使用はできません。
・5気圧（5BAR）防水時計　：水泳などはできますが、スキンダイビング素潜り）などにはご使用できません。
・10/20気圧（10/20BAR）防水時計　：スキンダイビングなどはできますが、スキューバダイビングにはご使用できません。
・防水性能 …… 時計の文字板及び裏ぶたの防水性能表示をご確認の上、下図をご参照ください。

りゅうずはきちんと押し込んでご使用ください。

| 仕様 | 表示 ケース | 表示 文字板 | 使用例 水のかかる程度の使用。（洗顔、雨等） | 水仕事や一般水泳に使用。 | スキンダイビング、マリンスポーツに使用。 | 空気ボンベを使用するスキューバダイビングに使用。 | 水滴がついた状態でのりゅうず操作 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 非防水 | — | — | × | × | × | × | × |
| 3気圧防水 | WATER RESIST | WATER RESIST または無表示 | ○ | × | × | × | × |
| 5気圧防水 | WATER RESIST | WATER RESIST (5BAR) または無表示 | ○ | ○ | × | × | × |
| 10気圧防水 20気圧防水 | WATER RESIST | WATER RESIST 10/20BAR または無表示 | ○ | ○ | ○ | × | × |

### ご注意

・りゅうずは常に押し込んだ状態（通常位置）でご使用ください。りゅうずがねじロック式タイプであれば、しっかり固定されているか確認してください。
・水分のついたままりゅうずの操作をしないでください。
・皮革バンドは材質の特性上、水に濡れると耐久性に影響がでる場合があります。水の中で使うことが多い日常生活防水以上の機能を要する時計の場合は脱色、接着はがれなどの不具合を起すことがありますので、あらかじめ他の材質のバンド（金属製またはゴム製）にお取り替えの上、ご使用ください。
・防水時計の場合、海水に浸した時や汗をかいた後は、真水でよく洗い、よく拭き取ってください。（蛇口の水を直接かけないで、汲んだ水で洗ってください。）
・時計の内部にも多少の湿気がありますので、外気の温度が時計内部より低いときは、ガラス面がくもる場合があります。くもりが長時間消えない時は、お買い上げ店でご相談ください。
・一定の防水性能を保つため定期的に（2～3年を目安に）パッキンの交換をしてください。（お買い上げ店でご相談ください。）

### ⚠ 警告　二次電池の取り扱いについて

・お客様は時計から二次電池を取り出さないでください。
・やむを得ず二次電池を取り出した場合は、誤飲防止のため、幼児の手の届かない所に保管してください。
・万一、二次電池を飲み込んだ場合には、ただちに医師と相談して治療を受けてください。

### ⚠ 警告　二次電池の交換はしないでください

・無理に他の種類の電池を使い、万一充電されると過充電となり電池が破裂して時計の破損および人体を傷つける危険があります。

### ⚠ 注意　充電上の注意

・充電により時計が過熱される場合がございます。充電後の時計を腕にはめる際には時計が十分に冷めていることを確認してから腕にはめてください。

### ⚠ 注意　携帯時の注意

・幼児を抱くときなどは、幼児のけがや事故防止のため、あらかじめ時計を外すなど充分にご注意ください。また、ご自身や第三者へのけがや事故防止のため、充分ご注意ください。
・サウナなど時計が高温になる場所では、火傷の恐れがあるため絶対に使用しないでください。

### ⚠ 注意　金属バンドのお取り扱いについて

・バンド中留め構造によっては、着脱の際に爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。

### ⚠ 注意　かぶれについて

・ケースやバンドは肌着類と同様に直接肌に接しています。金属の腐食や汗、汚れ、ほこりなどの気づかない汚れで衣類の袖口などを汚す場合があります。また、皮革バンドは汗や汚れにより「色落ち」を起すことがあります。乾いた布で拭くなどして常に清潔にご使用ください。
・バンドは多少余裕を持たせ、通気性を良くしてご使用ください。（時々はりゅうず通常位置のままでりゅうずを空回りさせてゴミ、汚れを落としてください。）
・かぶれやすい体質の人や体調によっては、皮膚にかゆみやかぶれを生じることがあります。異常を感じたら、ただちに使用を中止してすぐ医師に相談してください。
（かぶれの原因）金属、皮革アレルギー、時計本体およびバンドに発生したサビ、汚れ、付着した汗などです。

〈時計のお手入れ方法〉

・ケース・ガラスの汚れや汗などの水分は柔らかい布で拭き取ってください。
・皮革バンドは乾いた布で、汚れを取ってください。

### ご注意

**温度について**

・－10℃～＋60℃から外れた温度下では機能低下や、停止することがあります。
・直射日光にさらしたり、炎天下の車内など高温になる所に長時間置かないでください。故障の原因になったり、電池寿命が短くなります。
・屋外など、低温になる所に長時間置かないでください。故障の原因になったり電池寿命が短くなります。

**磁気について**

・磁石には近づけないでください。磁気健康機具（磁気ネックレス・磁気健康腹巻など）、冷蔵庫のマグネットドア、バッグの止め具、携帯電話のイヤホン部など、磁気に近づけると正しい時刻を表示しません。この場合は磁気から離して時刻修正をし直してください。

**静電気について**

・クオーツウオッチに使われているICは、静電気に弱い性質を持っています。テレビ画面などの強い静電気を受けると表示がずれることがありますのでご注意ください。

**ショックについて**

・床面に落とすなどの激しいショックはあたえないでください。

**化学薬品・ガス・水銀について**

・化学薬品・ガスの中でのご使用はお避けください。体温計などに使用されている水銀に触れたりしますと、ケース・バンド等が変色することがありますのでご注意ください。

**保管について**

・長期間ご使用にならないときは、汗・汚れ・水分などを良く拭き取り、高温・低温・多湿の場所を避けて保管ください。

## 充電機能について

本時計はソーラーセルで発電した電流で駆動を行い、余った電流を二次電池に充電する機能があります。
**二次電池の交換は絶対に行わないでください。**暗い場所での使用、長袖等で光が当たらない状態が長期間に渡って続くと二次電池が消耗して充電警告表示が行われる場合がございます。

**充電警告について**

二次電池の残量が極端に少なくなると「LOW.BAT」表示を行い、充電が必要であることをお知らせする「充電警告」状態となります。この表示が行われた場合にはなるべく早く本時計を光の当たる場所に置き、十分な充電を行ってください。充電警告開始から時計が停止するまでは目安で38日間です。（ご使用の条件によっては時計が停止するまでの時間が短くなることもございますのでお早めに充電を行ってください。）
※充電警告状態では節電のため、LED照明・アラーム・クロノグラフ計測・時報機能が使用できなくなります。十分な充電が行われますと再び上記の機能がご利用いただけます。
※充電警告がされても充電が行われなかった場合、二次電池がさらに消耗して時計が停止します。時計が停止しますと時刻などのデータは全て消去されます。

**充電時のご注意**

以下のような高温になる場所での充電は避けてください。
・炎天下に駐車中の車のダッシュボードの上
・白熱灯などの熱を持つ光源に極端に近いところ
・真夏の直射日光が長く当たり、時計が熱を持つ環境

ご注意）
**上記の環境以外でも充電により時計が過熱される場合がございます。充電後の時計を腕にはめる際には時計が十分に冷めていることを確認してから腕にはめてください。**

**上手な充電の行い方**

時計の表示面を光源に対し垂直になるようにするとより効率良く充電を行うことができます。

**充電の目安**

本時計は充電が行われない環境下でもフル充電状態から下記の使用条件で約12ヵ月動くことができます。また、引き出しの中などの完全に光が当たらない環境では節電モードが作動し続け、約1年間動くことができます。
・1日あたりの使用量目安
LEDライト1回（2秒）・アラーム1回（15秒）・時報24回・節電モード（4.5時間）
・充電時間の目安（上記使用条件でご使用の場合）

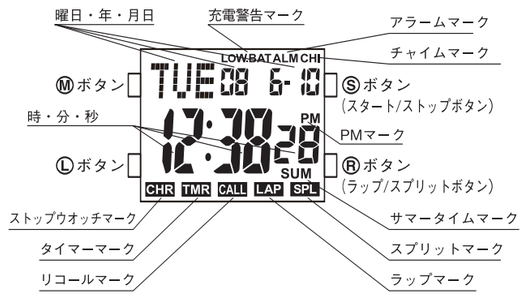
| | 1日動くのに必要な充電時間 | 停止状態～通常運針 | 停止状態～フル充電 |
|---|---|---|---|
| 500Lux（蛍光灯下での室内） | 8時間 | – | – |
| 3000Lux（蛍光灯スタンド15W×2本の下20cm） | 70分 | 150時間 | – |
| 10000Lux（晴天） | 20分 | 45時間 | 225時間 |
| 100000Lux（直射日光） | 6分 | 6時間 | 50時間 |

## 製品仕様　P910

1. 時 間 精 度：平均月差±30秒以内（常温5℃～35℃）
2. 基 本 機 能：時 刻 表 示　時・分・秒（午前/午後または24時間制の切替表示）
　カレンダー　月・日・曜日（2099年12月31日までのフルオートカレンダー）
　アラーム1,2　時・分（午前/午後または24時間制の切替表示）
　時刻アラーム2個
　時　　報　毎正時00分
　ストップウオッチ　計測時間　100時間（99時間59分59秒）
　計測単位　1/100秒（60分未満）
　1秒（60分以上）
　計測機能　通常計測、スプリット／ラップ計測
　メモリーコール　最大100本のスプリットタイム計測とラップタイム計測
　世 界 時 計　23都市名、時・分、サマータイム
　タ イ マ ー　計測時間　100時間（99時間59分59秒）
　計測単位　1秒
3. 付 加 機 能：LED照明
　Ⓛボタンを押すと表示部が発光する
　発電機能
　光発電機能
　節電機能
　自動的にデジタル表示を消灯して節電を行う
　過充電防止機能
　二次電池がフル充電されるとそれ以上充電しない
4. 持 続 時 間：フル充電から約1年（節電機能状態で保管）
　※各機能の使用状況によって異なります

※二次電池の交換は絶対に行わないでください。

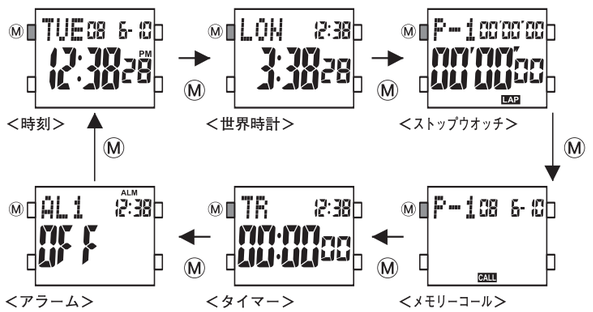
## 1.表示・ボタンの説明




※この取扱説明書は各モデル共通になっておりますので、デザインが異なってもご使用になれます。

## 2.各モードの表示と切替え方

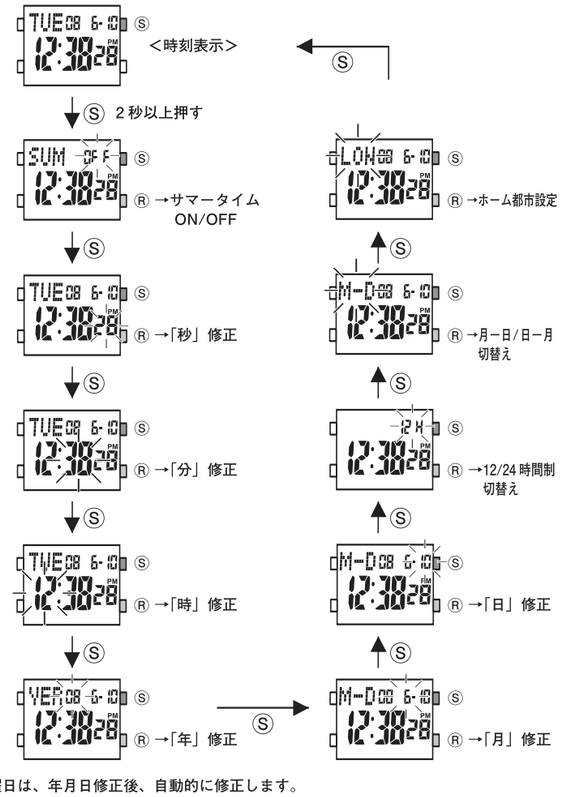
Ⓜボタンを押すと以下の順序で切替わります。




## 3.時刻・カレンダーの合わせ方

※時報サービス117番をご利用になると正確に合わせられます。

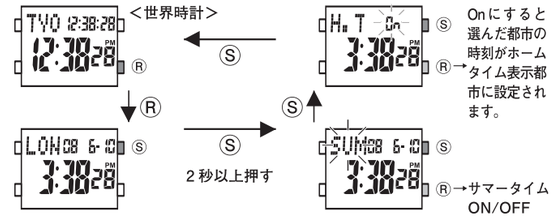
Ⓢボタンを2秒以上押して修正表示にしてください。以下の順で切替わります。それぞれ数字がフラッシングしますので、Ⓡボタンを押して以下の手順であわせてください。




※曜日は、年月日修正後、自動的に修正します。

## 4.世界時計の選び方とサマータイムの切替え方

Ⓜボタンを押して世界時計表示にすると、都市名とその都市の時刻が表示されます。Ⓡボタンを押すと下の表の順に切替わりますので、ご希望の都市名を選んでください。その後、Ⓢボタンを2秒以上押すとサマータイムのON、OFFの切替え表示となります。この時計をご使用になっている国が、現在サマータイムの時はⓇボタンを押して設定してください。ホームタイム表示都市の選択で「On」を選ぶと時刻表示の際にその都市の時刻を表示します。



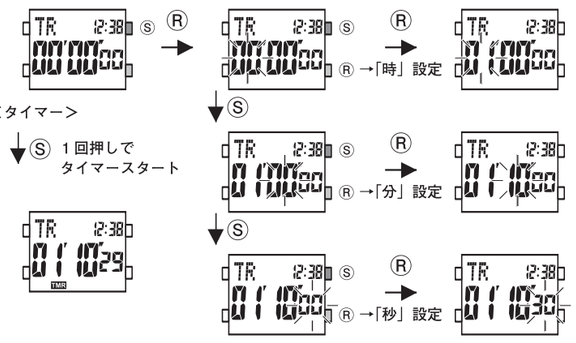

### ●この時計が表示する都市とロンドンからの時差

| 時計での表示 | 時差 | 都市名 |
|---|---|---|
| HNL | -10 | ホノルル |
| ANC | -9 | アンカレッジ |
| LAX | -8 | ロサンゼルス |
| DEN | -7 | デンバー |
| CHI | -6 | シカゴ |
| NYC | -5 | ニューヨーク |
| CCS | -4 | カラカス |
| RIO | -3 | リオデジャネイロ |
| LON | 0 | ロンドン |
| PAR | +1 | パリ |
| CAI | +2 | カイロ |
| JED | +3 | ジェッダ |

| 時計での表示 | 時差 | 都市名 |
|---|---|---|
| DXB | +4 | ドバイ |
| KHI | +5 | カラチ |
| DEL | +5.5 | ニューデリー |
| DAC | +6 | ダッカ |
| BKK | +7 | バンコク |
| HKG | +8 | 香港 |
| TYO | +9 | 東京 |
| ADL | +9.5 | アデレード |
| SYD | +10 | シドニー |
| NOU | +11 | ヌメア |
| WLG | +12 | ウェリントン |

## 5.タイマーの使い方

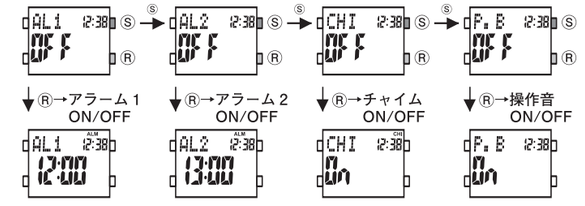
タイマーは1秒単位で99時間59分59秒までセットでき、1秒単位の減算タイマーです。セットした時間を経過すると電子音が鳴ります。



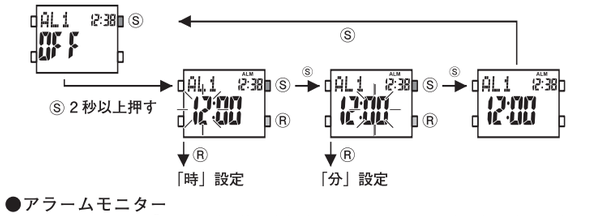

※設定時間が過ぎると電子音が鳴り、加算タイマーに移行します。その後、10秒間は1秒ごとに電子音を鳴らしてお知らせします。（加算計測は最大99時間59分59秒までカウントアップします）

## 6.アラーム・時報・操作音の使い方

Ⓜボタンを押してアラーム表示にして、下記の手順で、アラーム1、アラーム2、時報、操作音（BEEP）が切替えられます。




アラーム時刻の合わせ方は、アラームOFF表示にしてⓈボタンを2秒以上押した後、以下の手順で合わせてください。

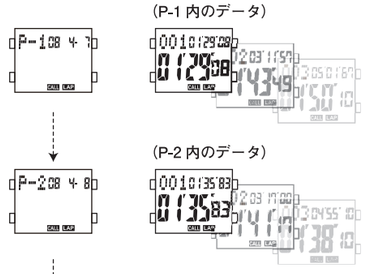



### ●アラームモニター

アラームモードでⓇボタンを2秒以上押すと、押している間電子音が鳴ります。

## 7.ストップウオッチの使い方

※この時計は、最大100本のスプリットタイムとラップタイムを9ページに分けてデータ保存することが出来ます。
例えば、1週間のウォーキングやランニングでの日別の記録の保存や、個人別の記録の保存などにご活用ください。

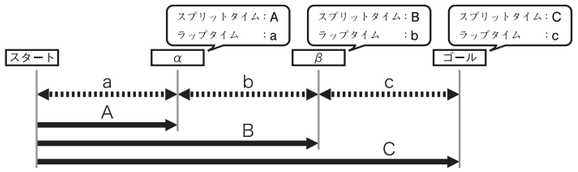



最大９ページまでブロック保存
最大100本のスプリットタイムとラップタイムを保存

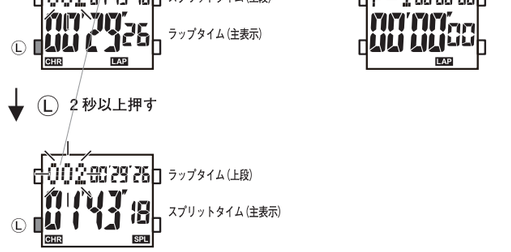
データの見方に関しては、「8.データの見方」をご参照ください。

### ●スプリットタイムとラップタイムについて

スプリットタイム　：スタートからその地点までの積算タイム（➡の間のタイム）
ラップタイム　　：地点と地点の区間タイム（▮▶の間のタイム）




### ●表示について

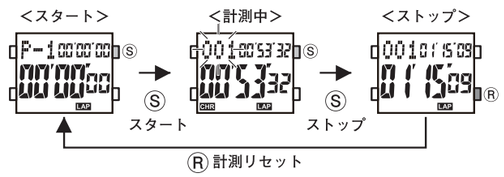



※Ⓛボタンを2秒以上押すとスプリットタイム(途中経過時間)とラップタイム(区間経過時間)の主表示切替えができます。(以降の説明例はラップタイムが主表示の場合です。)

### ●ストップウオッチの使い方

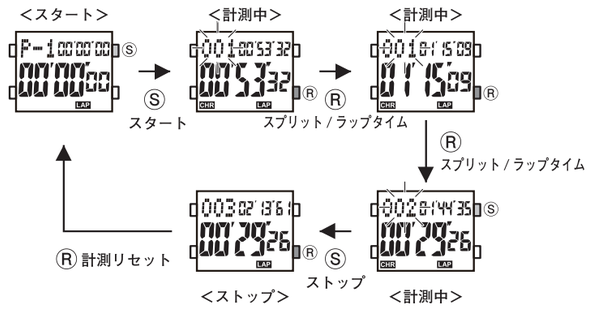
Ⓜボタンを押してストップウオッチ表示にして、以下の手順で計測します。

1.通常計測
Ⓢボタンを押すと計測がスタートします。計測中にⓈボタンを押すと計測がストップします。Ⓡボタン押すと計測リセットします。

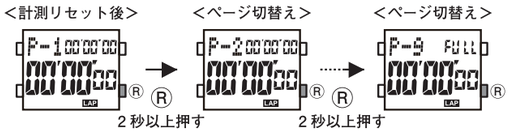



※計測時間は99時間59分59秒までで、以降自動的に0に戻って計測し続けます。

2.スプリットタイム/ラップタイム計測
計測中にⓇボタンを押すごとにスプリットタイム/ラップタイムを計測します。スプリットタイム(途中経過時間)とラップタイム(区間経過時間)の計測が同時にでき、最大で100本メモリーできます。




3.データの保存＝ページの切替え
計測リセット後、Ⓡボタンを2秒以上長押しするとデータ(日付、計測データ)がメモリーされ、ページ番号が1つ進みます。最大で9ページメモリーできます。

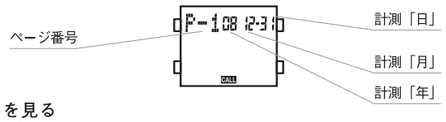



※残したいデータがある場合には、次の計測をする前にページの切替えをしてデータの保存をしてください。

## 8.データの見方

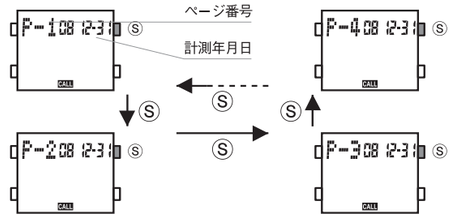
メモリーしたデータはリコールモードで見ることができます。
Ⓜボタンを押してリコールモードにして操作します。

リコールモードに切り替えると最新のページ番号を表示します。



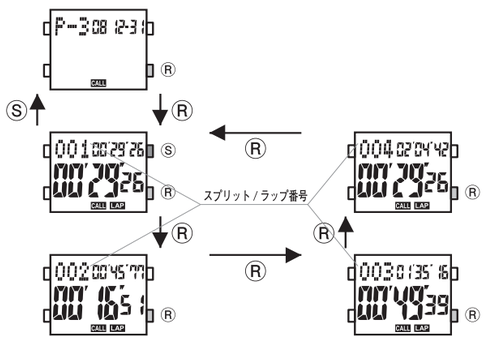

### ●データを見る

1.ページ番号を選ぶ
リコールモードのとき、Ⓢボタンを押すことでページ番号が切替わります。




2.計測結果を見る
計測結果を見たいページでⓇボタンを押すとそのページのデータを見ることができます。
データ(スプリットタイムとラップタイムの両方)は1から順番に表示されます。

例）P-3に4つの計測データがある場合

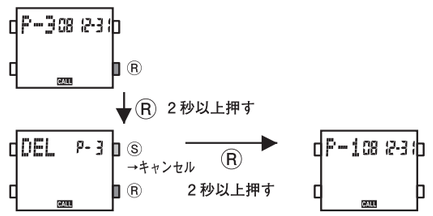



Ⓢボタンを押すごとに、スプリットタイムとラップタイムと計測番号を表示します。データは最大で100本まで保存できます。

### ●データの消去

＜ページ内のデータを消去する場合＞
リコールモードで消去したいページを選び、Ⓡボタンを2秒以上押します。すると“DEL”表示と“そのページ番号”が表示されます。そこでもう一度Ⓡボタンを2秒以上押すと、そのページ内のデータを消去することができます。
※データの消去はストップウオッチがリセット状態のときのみできます。
※データの消去をキャンセルする場合は、Ⓢボタンを押してください。

例）P-3内の計測データを消去する。
（※P-4以降にデータがある場合は、P-4以降を繰り上げて保存します。）




※P-9のデータを残したい場合には、P-1～P-8までのいずれかのデータを消去してください。P-9まで保存してあると、次の計測結果はP-9に上書き保存され、前の計測データは消去されます。また、消去を行うと、「P-9」のデータは繰り上がり「P-8」にメモリーされます。

## 9.LED照明の使い方

時計のⓁボタンを押しますとLED照明が点灯します。ボタンを1回押した時の点灯時間は約2秒です。
※LED照明を多用しますと二次電池の消耗を早めますのでご注意ください。
※二次電池電圧低下防止のためLED照明消灯後約2秒間はⓁボタンを押しても再点灯しません。しばらく待ってから再度ボタン操作を行なってください。

## 10.二次電池の取り扱いについて

本時計は特殊な二次電池を使用しています。一次電池への交換を行うと電池が破裂する恐れが有り大変危険です。電池の交換は絶対に行わないでください。二次電池の消耗により時計が停止した場合には充電を行うことにより再度時計を動かすことができます。充電は表面の「充電機能について」の項目に沿って行ってください。

## 11.節電モードについて

AM12時からAM4時30分の間で時計が暗所で使用され、なおかつ時計のボタン操作が30分以上に渡って行われないと節電機能が働き、時計のデジタル表示を消灯させて節電を行います。

### ●節電機能を解除するには

節電モード作動状態において十分な明るさの光が当たると時計が発電を開始して節電機能が解除されます。また、節電機能作動中に任意のボタンを押すとLED照明が点灯して節電機能が解除されます。
・クロノグラフ計測中に節電機能へ移行すると時計の表示は消灯しますがクロノグラフのカウントは継続されています。
※節電機能作動中でもクロノグラフ計測は継続されています。節電機能を解除するためにⓈまたはⓇボタンを押しますと計測ストップ、スプリットタイム表示となります。クロノグラフ計測開始後に時刻表示・カレンダー表示に戻しておきますとボタンの誤入力による計測データの損失を防止することができます。
・節電機能作動中でもアラームの設定時刻になるとアラームが作動します。アラーム停止後も引き続き節電機能を継続します。
・節電機能作動中でもチャイムを「On」に設定しますと毎正時（00分）ごとに時報が鳴ります。

## 保証とアフターサービスについて

①修理のご依頼は原則としてお買い上げ店に保証書添付の上ご持参ください。
②当社は時計の機能を維持するための修理用部品を通常7年間を基準に保有しております。ただし、ガラス、側、バンド、文字板、針などの外装部品につきましては、外観の異なる代替部品を使用させていただく事がありますので、ご了承ください。
③保証期間を過ぎたものの修理については、有償にて申し受けます。また修理可能期間につきましては、ご使用の状態でいちじるしく異なりますが、部品保有法定期間に準じます。
④ご贈答、ご転居によりお買い上げ店での保証が受けられない場合は、下記シチズン時計(株) Q&Q お客様相談室へ保証書を添えてご郵送またはご持参ください。その場合の諸掛りはお客様のご負担となります。
※ご郵送の場合は紛失などを防ぐため簡易書留をご利用ください。

サービス窓口：Q&Q お客様相談室

| | |
|---|---|
| TEL. | 0120-977-319 |
| 受付時間 | 10～12時／13～16時<br>月～金（祝日、年末年始を除く） |
| メールアドレス | qqsupport@citizen.co.jp |
| URL | http://qq-watch.jp |

製造発売元　シチズン時計株式会社 Q&Q事業部

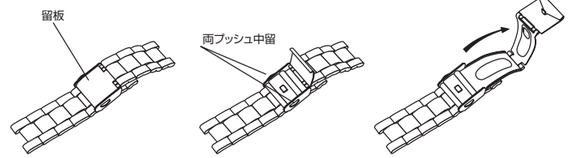
## バンド調整方法

### ⚠注意

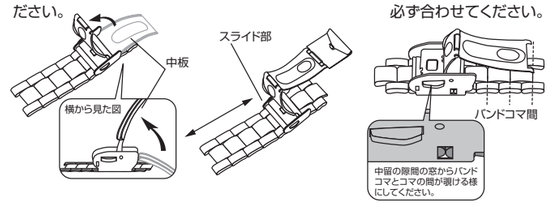
**●バンド調整について**
・バンド中留め構造によっては、着脱の際に爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。
・バンド調整後不要になったピン、コマ等は危険ですので、そのまま放置しないで安全な場所に保管してください。
・作業を行うときは、けがや事故防止のため十分注意してください。（万一ケガ等された場合、メーカーとして責任は負いかねます）

### 三ツ折フリーアジャストバンド

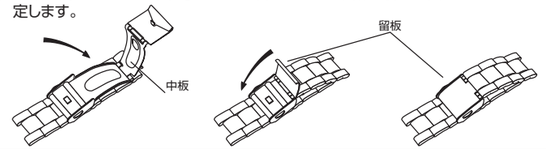
① ② 両プッシュ中留を両サイドから押して留板を開きます。 ③ 図のように開きます。




④ 中板は矢印方向に起こして固定を外してください。 ⑤ バンドをスライドさせ最適な位置に調整します。 ⑥ 中留の隙間の真ん中にバンドコマ間が入る様に必ず合わせてください。

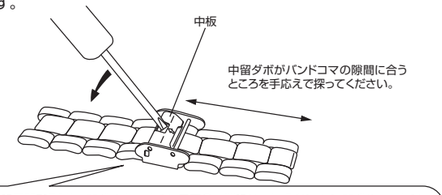



⑦ 中板を倒してバンドを固定します。 ⑧ カッチと音がするまで留板を押して固定してください。

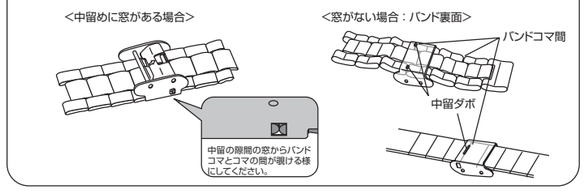



### スライド式フリーアジャストバンド （中留ダボの形状が2種類あります。）

① ドライバーの様なもので中板を持ち上げます。腕の太さに合う様にスライドさせ、位置を調整します。




⚠注意 中板を固定する時は、中留ダボと、バントコマの隙間を合わせてください。中留ダボがバンドコマの隙間に入らないとはまりません。無理に中板を戻すと破損する恐れがあります。




② ドライバーの様なもので中板を下げます。 ③ 留め金カバーを中留に引掛けてから留め金カバーの蓋をしてください。